

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МО «БРАТСКИЙ РАЙОН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТУРМАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Заседание МС
МКОУ «Турманская СОШ»
Протокол №____
от « » _____ 2020 г.
Зам. Директора по УВР
Онищук С.В. _____

Приказ №_____
от « » _____ 2020 г.
Директор МКОУ
«Турманская СОШ»
МО «Братский район»
Московских Т.А. _____

Адаптированная рабочая программа учебного предмета
(курса)
«Хозяйственно-бытовой труд»
для учащихся 6 класса с умеренной умственной отсталостью
на 2020– 2021 учебный год

Разработала:
Вовчок Юлия Николаевна
учитель начальных классов

Турма 2020 г.

Пояснительная записка

Специальные коррекционные занятия по ХБТ направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни и труду, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня развития учащихся.

Учебная программа по ХБТ строится по концентрическому принципу, что дает возможность осуществлять коррекцию умственной деятельности школьников. Особенностью учебной программы по социально-бытовой ориентировке является своеобразие содержания изучаемого материала, а также его распределение, позволяющее постоянно возвращаться к пройденным разделам. Это способствует более прочному и осознанному усвоению изучаемого предмета. Распределение материала в программе обеспечивает постепенность перехода от легкого к более сложному. Таким образом, происходит повышение уровня обучаемости, а овладение материалом прошлых лет постоянно используется и закрепляется, переходя в прочные умения и навыки. Большое значение имеют разделы, направленные на формирование умений пользоваться услугами предприятий служба быта, торговли, связи, транспорта, медицинской помощи. Кроме того, данные занятия должны способствовать усвоению морально-этических норм поведения, выработке навыков общения с людьми, развитию художественного вкуса детей и т.д. Одновременно решаются задачи воспитания личностных качеств: трудолюбие, аккуратность, терпение, усидчивость; элементов трудовой культуры: организация труда, соблюдение правил безопасной работы и гигиены труда.

Эффективное усвоение учащимися учебного материала предполагает использование соответствующих методов, форм, приемов и средств обучения: объяснение, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, сюжетно-ролевые игры; использование наглядных средств обучения, демонстрация учебных кинофильмов, ИКТ.

Объяснение – проводится при четком соблюдении различных дидактических принципов, используемых в специальном обучении. Метод объяснения используется при изучении нового материала или для закрепления сложного, не усвоенного ранее.

Рассказ – повествовательное изложение содержания учебного материала. На уроках ХБТ используют: рассказ-вступление, направленный на подготовку к восприятию нового материала; рассказ-изложение, раскрывающий содержание новой темы; рассказ-заключение, обобщающий материал.

Беседа – это вопросно-ответный метод обучения. Она может применяться для сообщения новых знаний, закрепления, повторения, а также для контроля. Для построения беседы учитель выбирает небольшой по объему материал, делит его на несколько логических частей, к каждой части подбирает вопросы. Учитываются знания, опыт и типологические особенности учащихся. Беседа является одним из основных методов обучения на уроках ХБТ.

Практические работы – в зависимости от задач урока и оснащенности могут использоваться разные формы организации практических работ.

Экскурсии – могут быть вводные, текущие и итоговые. Например, изучение темы «Железнодорожный транспорт» целесообразно начинать с ознакомительной экскурсии на железнодорожный вокзал. Текущие экскурсии служат для конкретизации и закрепления определенного учебного материала.

Любая экскурсия не является самоцелью и используется в сочетании с другими организационными формами обучения. В ходе экскурсий могут проводиться практические работы.

Сюжетно-ролевые игры применяются как один из ведущих методов обучения. В сочетании с другими методическими приемами их целесообразно использовать при изучении таких разделов, как «Торговля», «Средства связи» и др. Сюжетно-ролевые игры в основном следует проводить на этапе закрепления пройденного материала и для формирования навыков общения. Воспроизводя в игре конкретные жизненные ситуации, учащиеся применяют усвоенные ими знания и приемы (например, правила поведения, приемы ухода за маленьким ребенком и т. д.). Вариантом

сюжетно-ролевых игр является метод *моделирования реальных сюжетных ситуаций* и может применяться как метод обучения и как форма организации учебной деятельности.

На занятиях по ХБТ следует уделять внимание обогащению *словарного запаса*, использовать пословицы, поговорки, загадки для развития устной, письменной речи. Необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения.

На занятиях ХБТ используются все виды наглядности: *натуральная* (посуда, одежда, игрушки и др.); *образная* (рисунки, плакаты, картины); *символическая* (например, условные изображения служб вокзала, температурных режимов электроутюга, стиральной машины-автомат и др.); *графическая* (учебные инструкционные карты, стандартные инструкции, бланки квитанций, таблицы); *схематическая* (схема линий метро, пассажирского транспорта).

Для занятий по ХБТ требуется разнообразный дидактический раздаточный материал. Остановившись на каждом разделе программы (5-9 классы) отдельно, можно использовать следующий минимальный перечень оборудования и методических пособий.

При изучении раздела **«Личная гигиена»** учащимся предлагается выполнение практических работ, которые вполне могут быть осуществимы вне условий класса и во внеурочное время. Поэтому нецелесообразно содержать предметы личной гигиены на каждого ученика, можно обойтись одним образцом.

Желательно иметь:

- таблица о закаливании организма;
- демонстрационная таблица по правилам и приемам ухода за органами зрения;
- литература о пагубном влиянии курения и алкоголя;
- носовые платки, ножницы, расчески, ватные палочки, косметические салфетки;
- образцы косметических средств и средств гигиены.

Изучение раздела **«Уход за одеждой и обувью»** требует наличия электробытового оборудования. Необходимы утюг и гладильная доска, стиральная машина, а также:

- щетки для одежды;
- демонстрационный набор обуви, одежды по сезонам, головные уборы;
- вешалки, пуговицы, нитки, иглы;
- фартуки, косынки.

Наибольшее количество практических работ содержит раздел **«Кулинария»**. Хорошо оборудованная зона кухни должна обеспечивать соблюдение всех правил техники безопасности и санитарно-гигиенических норм. Дидактическая наглядность:

- таблица продуктов, составляющая рацион питания;
- график режима питания в школе, школьное меню;
- методический демонстрационный материал – посуда, кухонные приборы, сервиз чайный и сервиз столовый;
- набор альбомов, таблиц и другой литературы о вкусной и здоровой пищи;
- механические и электробытовые приборы.

При изучении раздела **«Уход за комнатными растениями»** необходимо

- определять декоративно-лиственные и декоративно-цветущие растения;
- использовать по назначению инвентарь для ухода за растениями;
- правильно поливать и опрыскивать растения, удалять с листьев пыль, мыть поддоны.

Оборудование кабинета ХБТ по разделу **«Уборка жилых помещений»** определяется в целом эстетическим оформлением кабинета: наличие ковра или паласа, настольные лампы, общая цветовая гамма и т.д. Бывая дома, дети, как правило, не выполняют каких-либо постоянных поручений, домашних обязанностей, даже таких простых, как вытереть пыль, полить цветы, подмести и вымыть пол. Условия для обучения должны обеспечить возможности школьников в приобретении определенных знаний и умений по данной теме, одновременно расширяя их кругозор. При изучении раздела **«Жилище»** необходимым оборудованием является:

- кухня, санузел, жилая комната, прихожая;

- индивидуальные карточки для заполнения почтового адреса;
- иллюстрированные журналы с различными видами жилья и подсобных помещений;
- иллюстрированные журналы с различными видами мебели;
- демонстрационный материал моющих средств;
- Жилищный кодекс РФ.

Сельско-хозяйственный труд

Разнообразие видов труда (самообслуживание, бытовой труд, труд в природе) становится источником приобретения новых представлений и умений. Конкретная и простая по содержанию практическая деятельность является наиболее понятной и доступной. В процессе занятий у обучающихся вырабатываются практические умения и навыки, необходимые для их повседневной жизни; понимание личностной значимости посильного труда.

Навыки культурного поведения

На уроках учащихся учат применять в быту и в процессе ориентировки в окружающем мире: - невербальные и вербальные средства общения, необходимые для самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур (сообщать о своих действиях, демонстрировать умения, обращаться за помощью в случае затруднений).

Занятия по ХБТ тесно связаны с уроками родного языка, математики, географии, труда, естествознания.

Для 6 класса отводится 170 часов учебного времени (5 часов в неделю).

Уровни социально-бытовой подготовленности:

1. Самостоятелен в пределах квартиры, во вне нуждается в постоянной помощи;
2. Самостоятелен в решении простейших социально-бытовых проблем, в более сложных случаях нуждается в помощи со стороны.
3. Самостоятелен в решении основных социально-бытовых проблем, нуждается в помощи только в особо сложных критических обстоятельствах.

Тематическое планирование в 6 классе (170 ч)

№	Название раздела	Кол-во часов
1	Личная гигиена	18
2	Уход за одеждой	21
3	Уход за обувью	18
4	Кулинария	46
5	Уход за комнатными растениями	11
6	Уборка жилых помещений	16
7	Сельско-хозяйственный труд	16
8	Навыки культурного поведения	24

Список литературы

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл.: В 2 сб. / Под ред. В.В.Воронковой. – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2011. – Сб. 1. – 224с.

2. Практический материал к урокам ХБТ в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе VIII вида. 5-9 классы : пособие для учителя / С.А. Львова. – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2009
3. Гладкая В.В. Социально-бытовая подготовка воспитанников специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида: Методическое пособие. - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2003.-192с.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА – 18ч		
1-4	Правила личной гигиены в течение дня. Ежедневные гигиенические процедуры. Средства и предметы личной гигиены. Режим дня.	4
5-8	Выбор полотенца (банного, для рук, для ног). Выбор мыла для гигиенических процедур. Назначение и уход за предметами личной гигиены: расческой, зубной щеткой, мочалкой.	4
9-11	Уход за руками. Стрижка ногтей на руках. Периодичность и правила мытья рук в течение дня. Нанесение крема на руки.	3
12-14	Предметы личной гигиены для индивидуального пользования. Выбор предметов личной гигиены для индивидуального пользования.	3
15	Закаливание	1
16-17	Части тела	2
18	Складывание кроватных покрывал. Уборка кровати	1
УХОД ЗА ОДЕЖДОЙ – 21ч		
19-22	Значение чистой одежды для здоровья человека. Виды одежды Ежедневный уход за одеждой.	4
23-24	Виды и способы размещения одежды: на плечиках в шкафу; на полке в шкафу; на спинке стула. Инвентарь и приспособления для ручной стирки (таз, прищепки, напольная сушка).	2
25-28	Средства для ручной стирки белья. Последовательность выполнения ручной стирки. Ручная стирка тонких носков. Ручная стирка шерстяных носков	4
29-33	Особенности сушки тонких и шерстяных носков. Работа с тканью. Основные сведения о тканях. Организацией рабочего места. Названия инструментов и приспособлений для шитья.	5
34-36	Правила безопасной работы с иглой и ножницами. Ручной стачной шов. Отработка ручного шва на образце.	3
37-39	Изготовление игольницы.	3
УХОД ЗА ОБУВЬЮ – 18 ч		
40-43	Виды обуви. Место хранения обуви. Общие правила ежедневного ухода за обувью. Назначение обуви.	4
44-48	Уличная обувь. Домашняя обувь. Праздничная обувь. Сменная для школы обувь. Значение сменной обуви в школе и дома	5

49-51	Выбор обуви в зависимости от ее функционального назначения (уличной, домашней, праздничной, сменной для школы). Материалы для изготовления обуви.	3
52-56	Приспособления по уходу за обувью. Их подбор. Место их хранения. Уход за обувью. Особенности сушки мокрой обуви. Подготовка обуви к сушке. Разновидности способов сушки мокрой обуви.	5
57	Набивание обуви газетной бумагой.	1
КУЛИНАРИЯ – 46 ч		
58-60	Санитарно-гигиенические требования к состоянию кухни. Уборка кухонного помещения в соответствии с требованиями санитарии и гигиены. Проведение сухой и влажной уборки.	3
61-63	Моющие и чистящие средства. Способы применения. Спецдежда. Правила использования спецдежды.	3
64-67	Правила санитарии и гигиены при обработке пищевых продуктов. Названия и назначение предметов кухонной мебели. Уход за поверхностью предметов кухонной мебели.	4
68-72	Названия и назначение предметов кухонного оборудования. Уход за предметами кухонного оборудования. Электрический чайник: назначение, эксплуатация. Чайная посуда. Назначение чайной посуды.	5
73-76	Средства и приспособления для мытья посуды. Последовательность мытья чайной посуды. Рабочее место. Рациональное размещение инструментов на рабочих местах.	4
77-81	Правила ТБ при приготовлении пищи. Безопасные приемы работы с оборудованием, инструментами, горячими жидкостями. Правила безопасной работы с ножом, теркой, чайником, кипятком.	5
82-83	Кто и где готовит пищу.	2
84-89	Понятие о процессе пищеварения. Общие сведения о питательных веществах и витаминах. Виды бутербродов. Разнообразие продуктов, необходимых для приготовления бутербродов.	6
90-92	Режим питания. Рацион дня подростка. Правила приема пищи.	3
93-94	О пользе витаминов.	2
95	Правила хранения продуктов	1
96	Желудочно-кишечные инфекции и профилактика.	1
97-98	Первая помощь при отравлении	2
99-101	Сервировка стола к завтраку. Заваривание чая в пакетиках. Технология приготовления простого и сложного бутерброда.	3
102-103	Технология приготовления закрытого и горячего бутерброда. Технология приготовления канапе.	2
УХОД ЗА КОМНАТНЫМИ РАСТЕНИЯМИ – 11 ч		

104-106	Общие представления о комнатных растениях. Виды комнатных растений: декоративно-лиственные и декоративно-цветущие.	3
107-109	Условия, необходимых для жизни и роста растений: свет, вода, температура воздуха. Отличительные особенности поверхности листьев: гладкие; бархатистые; колючие.	3
110-112	Инвентарь для ухода за комнатными растениями. Правила ухода за комнатными растениями: полив, удаление пыли с листьев, рыхление почвы, мытье поддонов.	3
113-114	Правила ухода за комнатными растениями: полив, удаление пыли с листьев, рыхление почвы, мытье поддонов. Обобщающий урок.	2
УБОРКА ЖИЛЫХ ПОМЕЩЕНИЙ – 16 ч		
115-118	Виды уборки: ежедневная, еженедельная, генеральная. Последовательность действий при ежедневной, еженедельной, генеральной уборке.	4
119-121	Сухая уборка. Влажная уборка. Инвентарь и приспособления для уборки.	3
122-123	Уход за инвентарем и приспособлениями, их хранение. Правила безопасной работы с инвентарем и приспособлениями.	2
124-125	Инвентарь и приспособления для ухода за подоконниками и дверью. Значение ежедневной уборки помещения для занятий.	2
126-128	Гигиенические требования к помещению, где проходят занятия. Последовательность уборки помещения для занятий: проветривание, промывание, подметание, удаление пыли с мебели. Сбор и вынос мусора,	3
129-130	Влажная уборка подоконника и двери. Уход за руками до и после уборки.	2
СЕЛЬСКО – ХОЗЯЙСТВЕННЫЙ ТРУД -16		
131-132	Подготовка почвы для рассады	2
133-134	Выбор семян. Посадка семян на рассаду	2
135-136	Подкормка рассады. Пикировка	2
137-138	Подготовка почвы для грядок	2
139-140	Подготовка клумбы для цветов	2
141-142	Посев семян на грядку	2
143-144	Посадка рассады цветов на клумбу	2
145-146	Уборка территории от мусора	2
НАВЫКИ КУЛЬТУРНОГО ПОВЕДЕНИЯ - 24		
147-148	Поведение на уроке. Поведение на перемене.	2
149-151	Правила поведения в общественных местах.	3
152-153	Правила поведения в гостях.	2

154-155	Соблюдение порядка в коридорах школьного здания.	2
156-157	Каждой вещи свое место.	2
158-159	Дежурство по классу. Уборка классной комнаты.	2
160-161	Уборка школьной территории.	2
162-163	Прогулка. Умение ходить попарно и знать свое место.	2
164-165	Формы обращения к старшим и сверстникам при встрече и расставании.	2
166-167	Формы обращения с просьбой, вопросом к старшим и сверстникам.	2
168-170	Умение содержать в чистоте и определенном порядке свои вещи, рабочее место (парту), школьные принадлежности.	3

